



10. Kristall-Marathon

Merkers / 14.02.2016

□□□□

Scharfenberg, Jörg

□□: Barchfeld

□□: 620

□□: 42.25 km

Marathon

□□□□:

Senioren M45 (45-49 Jahre)

□□□: 4:03:48

□□: 10.40 km/h

□□□□: 5:46 min/km

□□□□□/□□□□: 58 (of 119)

□□□□□/□: 55 (of 107)

□□□□□□: 2:53:03

□□□□□: 13(of 24)

□□□□□□□: 3:08:05

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
□□ 1	3.25	18:09	5:35	18	5:01	72	6:20	3.25	18:09	5:35	18	5:01	72	6:20
□□ 2	3.25	18:48	5:47	18	4:59	80	6:08	6.50	36:57	5:41	18	9:54	76	12:28
□□ 3	3.25	18:22	5:39	14	4:44	72	5:51	9.75	55:19	5:40	17	14:29	73	18:06
□□ 4	3.25	18:20	5:38	16	4:36	69	5:41	13.00	1:13:39	5:39	16	19:05	71	23:39
□□ 5	3.25	18:12	5:35	13	4:22	67	5:15	16.25	1:31:51	5:39	16	23:27	73	28:54
□□ 6	3.25	18:17	5:37	12	4:08	60	5:11	19.50	1:50:08	5:38	15	27:35	72	33:59
□□ 7	3.25	18:14	5:36	12	4:09	56	5:10	22.75	2:08:22	5:38	15	31:44	68	38:56
□□ 8	3.25	18:29	5:41	13	3:38	53	5:24	26.00	2:26:51	5:38	14	35:16	64	44:20
□□ 9	3.25	18:49	5:47	14	3:55	51	5:14	29.25	2:45:40	5:39	13	39:05	63	49:34
□□ 10	3.25	19:31	6:00	14	4:12	57	5:24	32.50	3:05:11	5:41	13	43:17	62	54:58
□□ 11	3.25	19:46	6:04	13	4:33	53	5:49	35.75	3:24:57	5:43	13	47:50	60	1:00:47
□□ 12	3.25	19:21	5:57	13	3:36	45	5:19	39.00	3:44:18	5:45	13	51:26	57	1:06:06
□□□ □□	3.25	19:30	6:00	12	4:17	48	4:39	42.25	4:03:48	5:46	13	55:43	55	1:10:45